

Приложение 2
к Положению о зимнем фестивале
Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
среди всех категорий населения Самарской
области в 2023 году

РЕГЛАМЕНТ
проведения мероприятий среди участников в возрасте 18–59 лет
(VI-IX ступени комплекса ГТО) в рамках зимнего фестиваля Всероссийского
физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди
всех категорий населения Самарской области в 2023 году

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящий регламент разработан в целях организации проведения мероприятий среди участников в возрасте 18–59 лет (VI–IX ступени комплекса ГТО) (далее – мероприятия) в рамках зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди всех категорий населения Самарской области (далее – Фестиваль, комплекс ГТО) согласно Положению о Фестивале и в соответствии с действующими нормативно-правовыми актами, регулирующими деятельность по реализации комплекса ГТО.

Регламент устанавливает:

- требования к участникам, составу команд и порядок их допуска к мероприятиям Фестиваля;
- условия, программу и порядок проведения мероприятий Фестиваля;
- описание пунктов, а также порядок и правила прохождения эстафеты «Гонки ГТО».

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Мероприятия проводятся в два этапа:

1. Массовый этап – до 28 февраля 2023 года проводится на территории муниципальных образований Самарской области по решению органов местного самоуправления муниципальных образований Самарской области;

2. Региональный этап – 11 марта 2023 года проводится на территории государственного автономного учреждения дополнительного образования Самарской области «Спортивная школа «Чайка» по адресу: Самарская область, муниципальный район Волжский, городское поселение Смышляевка, территория Лесная, ул. Олимпийская, здание 4.

III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Организация и проведение **Массового этапа**, формирование команд и обеспечение участия команд в **Региональном этапе** Фестиваля возлагается на органы местного самоуправления муниципальных образований Самарской области по решению органов местного самоуправления муниципальных образований Самарской области.

Организация и проведение **Регионального этапа** возлагается на министерство спорта.

Непосредственное проведение **Регионального этапа** возлагается на ГАУ СО «ОЦСМ» и главную судейскую коллегию.

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

Соревнования проводятся в соответствии с государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса

«Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12 февраля 2019 года № 90.

К участию в **Массовом этапе** Фестиваля допускаются жители Самарской области в возрасте от 6 до 70 лет и старше, заинтересованные в пропаганде занятий физической культурой и спортом, подготовке и участии в тестировании по нормативам испытаний (тестов) комплекса ГТО, отнесенные по состоянию здоровья к основной медицинской группе, при наличии уникального идентификационного номера (далее – УИН) в электронной базе данных комплекса ГТО (далее – ЭБД ГТО) (сайт – www.gto.ru) и допуска врача.

К участию во **Региональном этапе** Фестиваля допускаются команды муниципальных образований Самарской области (далее – команда), сформированные из участников VI–IX ступеней комплекса ГТО (18–59 лет), показавших лучшие результаты в Массовом этапе.

Состав команды для участия в **Региональном этапе** Фестиваля – 5 человек, в том числе: 4 участника (1 мужчина, 1 женщина – 18–35 лет, 1 мужчина, 1 женщина – 36–59 лет (VI – IX ступень комплекса ГТО) и 1 представитель.

Возраст участников в соответствии со ступенью комплекса ГТО определяется на дату завершения Фестиваля.

Допуск участников осуществляется комиссиями по допуску.

К участию в **Региональном этапе** не допускаются участники:

- не участвовавшие в Массовом этапе Фестиваля;
- не имеющие УИН в ЭБД ГТО;
- не имеющие допуска врача.

V. ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

Мероприятия Фестиваля проводятся в соответствии с Методическими рекомендациями по организации и выполнению испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными Минспортом России 01.02.2018.

Мероприятия **Массового этапа** Фестиваля проводятся на территории муниципальных образований Самарской области в формате физкультурных мероприятий и иных форм активности, главной целью которых является организация подготовки к выполнению и выполнение нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО, дополнительно рекомендуется проведение иных мероприятий, направленных на пропаганду комплекса ГТО.

Программа **Регионального этапа** Фестиваля состоит из зимней комплексной эстафеты ГТО и соревнований по перетягиванию каната.

Участие в зимней комплексной эстафете ГТО обязательно для всех участников команд.

Участие в соревнованиях по перетягиванию каната – по усмотрению команд.

Условия проведения соревнований «Зимняя комплексная эстафета ГТО»

Соревнования лично-командные, принимают участие все члены команды.

Эстафета проходит в формате индивидуальных забегов на 8 – 10 дорожках, где одновременно стартуют участники разных команд.

Каждый участник проходит 4 этапа дистанции на скорость (с наименьшими затратами времени).

Сумма индивидуальных результатов участников команды составляет итоговое командное время эстафеты.

Распределение команд по забегам определяется согласно жеребьевке.

Последовательность проведения индивидуальных забегов эстафеты:

1. женщины 18–35 лет;
2. мужчины 18–35 лет;
3. женщины 36–59 лет;
4. мужчины 36–59 лет.

На 1 этапе по команде судьи «Марш» участник подбегает 5 метров к коврику и выполняет испытание «Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа» касаясь грудью мяча (**мужчины – 10 раз, женщины – 5 раз**), затем одевает лыжи и пробегает свободным стилем дистанцию 300м.

Порядок выполнения испытания «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа»

Участник принимает исходное положение: упор лежа, руки на ширине плеч, кисти вперед, руки полностью прямые, туловище и ноги составляют прямую линию, расстояние между ступнями – 10 см. При сгибании рук участник должен коснуться грудью мяча, при возвращении в исходное положение необходимо полностью выпрямить руки в локтях. После каждого повторения судья говорит очередной счет, если повторение выполнено без ошибок, или команду «Нет», если повторение не засчитано.

Ошибки, при которых выполнение не засчитывается:

- отсутствие касания мяча грудью;
- нарушение прямой линии «плечи – туловище – ноги»;
- руки не полностью выпрямляются в локтях.

На 2 этапе участник подбегает к коврику, снимает лыжи и выполняет испытание «Поднимание туловища из положения лежа на спине» (**мужчины – 10 раз, женщины – 5 раз**). Затем, поднявшись, пробегает бегом дистанцию 60 м.

Порядок выполнения испытания «Поднимание туловища из положения лежа на спине»

Упражнение выполняется из исходного положения: лежа на спине, руки за головой «в замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты к полу. Удержание ног осуществляется с помощью партнёра по команде.

Ошибки, при которых выполнение не засчитывается:

- отсутствие касания локтями бедер (коленей);
- отсутствие касания лопатками мата;
- размыкание пальцев рук «из замка».

На 3 этапе участник подбегает к коврику, берёт скакалку и выполняет испытание «Прыжки через скакалку» (**мужчины – 10 раз, женщины – 10 раз**).

Порядок выполнения испытания «Прыжки через скакалку»

Участник принимает исходное положение: ноги стоят на ширине таза или сомкнуты друг с другом, руки согнуты в локтях, локти находятся на уровне талии, скакалка находится за спиной. Отталкивания во время прыжка производятся двумя ногами. Во время прыжка скакалка должна пройти под ногами. Необходимо выполнить установленное количество прыжков с учётом остановок.

На 4 этапе участник пробегает 10 метров до сектора мини-ориентирования и выполняет испытание «Лабиринт».

Порядок выполнения испытания по мини-ориентированию «Лабиринт»

Добегая до сектора участник получает у судьи электронный ЧИП и карту-схему лабиринта, в котором установлены контрольные пункты (далее – КП) с электронными станциями отметки (датчиками), имеющими свой порядковый номер (1,2,3 и т.д.).

Участник при помощи карты-схемы должен пройти на скорость заданное число КП, расположенных на специально созданной местности, и коснуться ЧИПом датчиков. Информация о прохождении КП заносится на ЧИП участника.

Ошибки при выполнении:

- отсутствие касания ЧИПом электронного датчика.
- нарушение порядка прохождения станций (например: Старт, 1,2,4,..., Финиш).

После прохождения 4 этапа участник добегают до финиша и сдаёт ЧИП судье.

Как только участник пересекает линию финиша, фиксируется общее время прохождения дистанции.

Все участники должны избегать действий или поведения, способных помешать на дистанции другим участникам.

Штрафы:

- Фальстарт участника команды – +2 сек.;
- Участник не сделал нужное количество повторений – +2 сек. за каждое несделанное повторение;
- Участник не прошёл заданное количество КП – +2 сек. за каждое не пройденное КП;
- Препятствие соперникам при прохождении дистанции – +10 сек.

Общее время прохождения всех этапов каждым участником команды суммируется со штрафными секундами, полученными участниками во время прохождения эстафеты и заносится в протокол.

В зависимости от погодных условий возможны изменения в составе этапов и порядке проведения зимней комплексной эстафеты ГТО.

Условия проведения соревнований по перетягиванию каната

Соревнования командные.

Соревнования проводятся в соответствии с правилами по виду спорта по олимпийской системе (команда выбывает из соревнований после первого проигрыша).

Состав команды – 4 человека.

Участники каждой из команд располагаются у разных концов каната. Перед началом состязаний команды встают так, что центральная отметка находится над проведенной на земле чертой.

Перед началом схватки выбор сторон определяется жребием.

По сигналу судьи каждая команда начинает тянуть канат, стараясь, чтобы отметка, ближайшая к сопернику, пересекла черту на земле.

Встреча между командами состоит из одной попытки.

Во время проведения соревнований участникам запрещается использовать шипы или ботинки с шипами, участникам и зрителям запрещается пересекать боковые ограничительные линии на площадке, участники команд должны оставаться на ногах во время перетягивания каната.

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Личное первенство при проведении **Регионального этапа** Фестиваля определяется отдельно в каждой гендерно-возрастной группе по наименьшему времени, показанному участниками в индивидуальных забегах зимней комплексной эстафеты ГТО с учетом штрафных секунд.

В случае равенства результатов у двух или более участников преимущество получает участник, набравший наименьшее количество штрафных секунд. В случае равенства данного показателя – по наиболее старшему возрасту.

Командное первенство **Регионального этапа** Фестиваля в зимней комплексной эстафете ГТО определяется по наименьшей сумме времени, показанному всеми участниками команды в индивидуальных забегах с учетом штрафных секунд.

В случае равенства результатов у двух или более команд преимущество получает команда, набравшая наименьшее количество штрафных секунд.

Командное первенство **Регионального этапа** Фестиваля по перетягиванию каната определяется по лучшему результату, показанному командами по итогам соревнований.

Итоговые протоколы официальных результатов Фестиваля и отчет главного судьи соревнований предоставляются на бумажном и электронном носителях в департамент физической культуры и спорта министерства в течение 10 дней после окончания соревнований.

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Участники, занявшие 1 – 3 места в личном зачёте зимней комплексной эстафеты ГТО **Регионального этапа** Фестиваля, отдельно в каждой гендерно-возрастной группе, награждаются дипломами и медалями министерства спорта.

Команды, занявшие 1 – 3 места в зимней комплексной эстафете ГТО **Регионального этапа** Фестиваля, награждаются памятными кубками и

дипломами министерства спорта, участники команд – медалями и ценными призами министерства спорта.

Команды, занявшие 1 – 3 места в соревнованиях по перетягиванию каната **Регионального этапа** Фестиваля, награждаются дипломами министерства спорта, участники команд – медалями министерства спорта.

Всем участникам **Регионального этапа** Фестиваля вручается сувенирная продукция министерства спорта.

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Финансовое обеспечение **Массового этапа** Фестиваля осуществляется за счёт средств местных бюджетов муниципальных образований Самарской области по решению органов местного самоуправления муниципальных образований Самарской области.

Финансовое обеспечение **Регионального этапа** Фестиваля осуществляется министерством спорта из средств областного бюджета, предусмотренных ГАУ СО «ОЦСМ» в рамках государственного задания на 2023 год и на плановый период 2024 и 2025 годов (выполнение государственной работы «Организация и проведение физкультурных и спортивных мероприятий в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)).

Расходы по командированию участников Соревнований (проезд до мест проведения Соревнований и обратно, суточные в пути) обеспечивают командирующие организации.

IX. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Предварительные заявки на участие в Региональном этапе Фестиваля необходимо направить до 01 марта 2023 года в соответствии с установленной формой (Приложение 1) на адрес электронной почты ГАУ СО «ОЦСМ»: gaugto-ct@mail.ru с пометкой «Предварительная заявка на участие в Зимнем Фестивале ГТО от (наименование команды)».

Вместе с предварительной заявкой направляется краткий отчёт о проведении Массового этапа Фестиваля по установленной форме (Приложение 2) с указанием количества участников Массового этапа, количества судей и их категории.

Руководители команд представляют в комиссию по допуску участников следующие документы:

- заявка по форме согласно Приложению 1, заверенная руководителем органа местного самоуправления в области физической культуры и спорта, медицинским учреждением (или медицинский допуск на каждого участника);
- паспорт (копия) на каждого участника.

Для получения дополнительной информации о Фестивале необходимо обращаться в ГАУ СО «ОЦСМ» по адресу: г. Самара, ул. Советской Армии, д. 253а, тел.: (846) 276-96-20, Чернова Виктория Дмитриевна

ЗАЯВКА

на участие в соревнованиях среди участников в возрасте 18–59 лет (VI–IX ступени комплекса ГТО) в рамках зимнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди всех категорий населения Самарской области

от _____
(муниципальное образование)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество (полностью)	Дата рождения (дд.мм.гг.)	УИН в ЭБД ГТО	Виза врача
1				допущен подпись врача, дата, печать напротив каждого участника соревнований
2				
3				
4				

***Предварительную заявку необходимо составлять с учетом запасных участников без визы врача.**

Допущено к участию в Соревнованиях _____ человек.
(подпись)

Врач _____ / _____
(ФИО) (подпись)

ДАТА (М.П. медицинского учреждения)

Руководитель делегации _____ тел. _____
(подпись, ФИО полностью)

Руководитель
органа местного самоуправления
в области физической культуры и спорта
муниципального образования Самарской области
М.П. _____ / _____
(ФИО)

Отчёт о проведении Массового этапа зимнего Фестиваля ГТО

(территориальное управление министерства образования и науки Самарской области/муниципальное образование Самарской области)

Количество участников (чел.)	всего	в том числе в сельской местности	из общего числа количество участников по ступеням:																					
			I		II		III		IV		V		VI		VII		VIII		IX		X		XI	
			м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж

Количество судей (чел.)				
Всего	ВК	Ік	ІІк	ІІІк
				юный судья
				волонтер

Финансовое обеспечение

Массовый этап (руб.)	Бюджетное финансирование		Внебюджетные источники	
	образование	физическая культура и спорт		

Ф.И.О. исполнителя, контактный телефон _____

« » _____ 2023г